



مرکز آموزشی درمانی

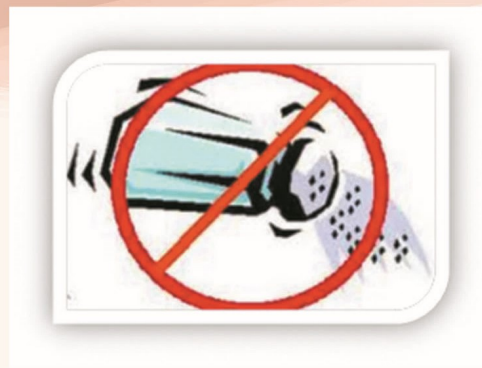
فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان

پمفلت آموزشی

شماره فرم: NO-FO-۳۱۵

فشار خون دوران بارداری

فشار خون حاملگی یا پره اکلامپسی چیست؟



۱۰. دو هفته بعد از زایمان برای کنترل فشارخون به یک مرکز درمانی مراجعه نمایید. ورم اندامها ظرف یک هفته و فشارخون ظرف دو هفته به حالت طبیعی بر می گردد.
۱۱. فشارخون حاملگی مانعی برای مصرف قرص آهن در دوران بارداری و بعد از زایمان ایجاد نمی کند.



آدرس: همدان، بلوار شهید فهمیده مرکز آموزشی
درمانی فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان
تلفن: ۰۹-۳۸۳۸۱۷۴۰ - ۳۸۳۸۱۶۸۶ نمابر: ۰۸۱۳۸۳۸۱۶۸۶
وبسایت: www.hcvc.umsha.ac.ir

نکات مهم:

۱. هفته‌ای حداقل یک بار جهت کنترل فشارخون به درمانگاه مراجعه شود
۲. هنگام کنترل فشارخون بهتر است روی دست چپ بخواهید و از دست راست شما فشار خون گرفته شود.
۳. در صورت بروز علائم مانند اختلال بینایی، سردردهای شدید، ورم دست و پاها، سوزش سر دل، تهوع و استفراغ، تنگی نفس، افزایش وزن، سرگیجه، تب، سوزش ادرار، درد زیر و بالای شکم، خونریزی، آبریزش و درد زایمانی به درمانگاه مراجعه نمایید و یا پزشک خود را در جریان قرار دهید.
۴. استراحت نسبی داشته باشید و از انجام فعالیت های سنگین و خسته کننده بپرهیزید و سعی کنید هنگام استراحت به پهلو چپ بخواهید.
۵. در مورد مصرف نمک با پزشک خود مشورت کنید (در مصرف آن زیاده روی نکنید).
۶. روزی حداقل ۸ لیوان مایعات بنوشید. (البته با پزشک خود مشورت نمایید).
۷. از غذاهای حاوی فیبر، سبوس، میوه‌ها و سبزیجات بیشتر استفاده کنید و از مصرف غذاهای خیلی چرب، شور و ترشی جات خودداری نمایید.
۸. سعی کنید استرس نداشته باشید و به اطرافیان و محیط احساس خوبی داشته باشید.
۹. از مصرف بیش از حد کافئین (چای و قهوه) خودداری کنید.

تعریف فشار خون دوران بارداری:

به فشارخون بیشتر از ۱۴۰/۹۰ بعد از هفته بیستم حاملگی گفته می‌شود که با علائمی مانند دفع پروتئین در ادرار و ورم بدن همراه می‌باشد. این اختلال در بیشتر موارد بعد از هفته ۳۷ حاملگی شروع می‌شود ولی ممکن است در هر زمانی از حاملگی (در زمان زایمان یا حتی ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول بعد زایمان) دیده شود. شدیدترین حالت فشارخون بالا معمولاً در ساعت ۲ بعد از نیمه شب اتفاق می‌افتد. پره اکلامپسی می‌تواند به صورت شدید یا خفیف باشد و تنها راه بهبود بیمار زایمان (اتمام حاملگی) می‌باشد.

اکلامپسی: اگر پره اکلامپسی همراه با تشنج باشد به آن اکلامپسی گویند.

علائم فشار خون حاملگی:

۱. فشارخون بیش از ۱۴۰/۹۰ میلی متر جیوه
۲. افزایش ناگهانی وزن (بیشتر از ۱/۵ کیلوگرم در هفته)
۳. وجود پروتئین در ادرار
۴. سردرد و اختلال دید
۵. سوزش سردل
۶. ورم دست‌ها و پاها
۷. تنگی نفس
۸. تهوع و استفراغ

۹. تغییر سطح هوشیاری

۱۰. کم شدن ادرار

۱۱. تشنج

عوارض پره اکلامپسی:

عوارض در بیماران مبتلا به پره اکلامپسی به عواملی مانند: سن بارداری در زمان وضع حمل، شدت بیماری، کیفیت رسیدگی و درمان و وجود بیماری‌های دیگر از قبل بستگی دارد.

این عوارض شامل:

۱. زایمان زودرس

۲. جدا شدگی جفت

۳. نارسایی کبد و کلیه

۴. نارس بودن جنین و مرده زایی

۵. خونریزی داخل جمجمه

۶. انعقاد داخل عروقی منتشر

۷. افزایش احتمال زایمان سزارین

۸. افزایش احتمال نوزاد کم وزن

چه کسانی بیش تر به پره اکلامپسی مبتلا

می شوند؟

۱. زنان جوان که اولین زایمان آنها می‌باشد
۲. سن مادر کمتر از ۲۰ یا بیشتر از ۳۵ سال باشد.
۳. نژاد سیاه پوست
۴. وضعیت اقتصادی و اجتماعی پایین

۵. داشتن فشار خون مزمن

۶. دیابت

۷. حاملگی چندقلویی

۸. داشتن بیماری کلیوی یا زمینه ای

۹. سابقه خانوادگی

۱۰. عفونت‌های مادری

۱۱. در نارسایی عامل RH خون

۱۲. چاقی

پیشگیری:

هیچ روش قطعی وجود ندارد بهترین راه مراجعات مکرر و منظم به پزشک معالج و مراقبت‌های دوران بارداری می‌باشد که به تشخیص سریع بیماری کمک می‌کند.

